

Pesten voorkomen en genezen

Informatie over de M5-aanpak op onze school

Doelstelling M5 aanpak

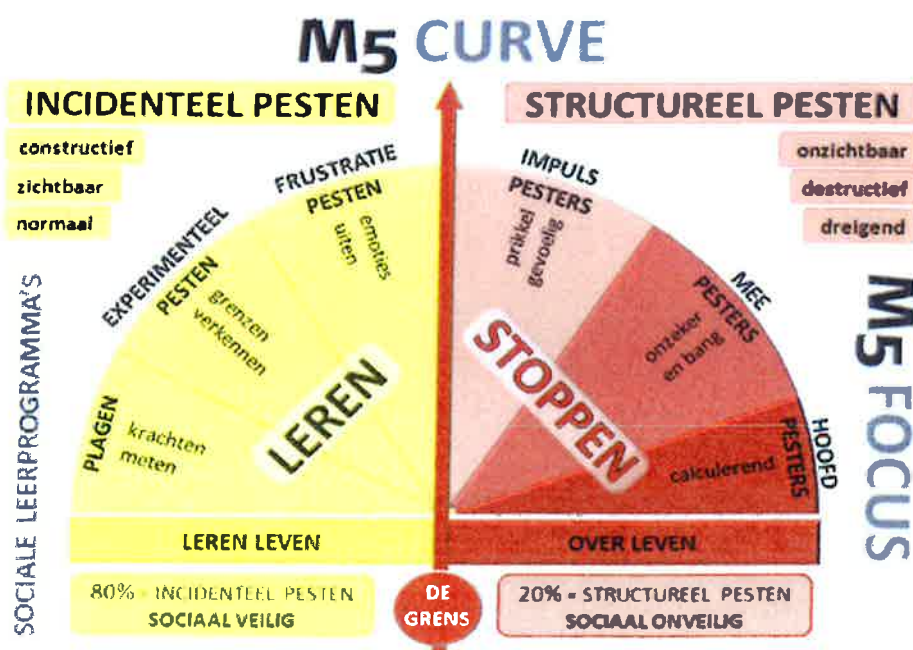
"Echte veiligheid meet je af aan de manier waarop mensen omgaan met verschillen. Hoe groter de veiligheid, des te groter de onderlinge verschillen tussen mensen mogen zijn...."

De M5 aanpak is primair gericht op het vergroten van sociale veiligheid op scholen voor primair onderwijs, voortgezet onderwijs en middelbaar beroepsonderwijs. Secundair is de aanpak gericht op het zichtbaar maken van incidenteel grensoverschrijdend gedrag/ agressie en het stoppen van het zeer beschadigende, structurele pestgedrag.

Met de aanpak kan de sociale veiligheid van leerlingen, zowel als van ouders, en medewerkers, effectief verhoogd en duurzaam geborgd worden. Niet alleen op school, maar ook in situaties buiten school. Dankzij deze aanpak kunnen volwassenen de sociale veiligheid bieden die nodig is om ernstig pestgedrag te stoppen en te voorkomen.

Definitie van structureel pesten

Pesten is een stelselmatige vorm van grensoverschrijdend gedrag/ agressie waarbij één of meer personen proberen een andere persoon fysiek, verbaal of psychologisch schade toe te brengen. Bij pesten is de macht tussen de betrokken personen ongelijk verdeeld (Lindenberg et al.). De M5 aanpak gebruikt het door hen gehanteerde onderscheid tussen incidenteel pestgedrag en structureel pestgedrag (Van der Ploeg en Mooij, 1998). De focus van M5 aanpak ligt op structureel pestgedrag. Structureel pestgedrag is beschadigend en gebeurt meestal buiten het zicht van volwassenen. Ongeveer 20% van het pestgedrag is structureel van aard.



Beschrijving van de aanpak

M5 biedt een aanpak die door onze school ingezet wordt ter aanvulling op methoden die gericht zijn op het vergroten van de sociale vaardigheden van leerlingen. Waar deze methoden zich vooral richten op sociale vaardigheid, richt de M5 aanpak zich vooral op het creëren en borgen van de sociale veiligheid in én rond een school. Omdat M5 zich vooral richt op het pestgedrag dat doorgaans onzichtbaar blijft, vormt de aanpak de noodzakelijke sluitsteen. Structureel pestgedrag, de meest beschadigende vorm van pesten, kan daarmee duurzaam worden opgelost en verder voorkomen worden.

Sociale veiligheid creëren is een permanent proces

Structureel pestgedrag is doorgaans ontstaan vanuit een overlevingsstrategie. Pestgedrag bleek een effectieve strategie om de eigen positie in de groep te regelen. Omdat structureel pestgedrag beschadigend is voor zowel slachtoffers als leerlingen die pestgedrag vertonen, moet dat gedrag gestopt worden.

Om zicht te krijgen op mogelijk pestgedrag in en rond een school, kunnen leerlingen, ouders, teamleden e.a. gedrag melden dat 'niet oké' is, of als 'niet oké' voelt. Iedereen meldt via de M5 MeldBox. Deze is bereikbaar via een button op de website van iedere afzonderlijke school.

Docenten hebben inzage in de meldingen van leerlingen uit hun eigen groep. De directeur en/of zorgcoördinator van een school zien alle meldingen.

Om de persoon die meldt te beschermen, wordt niet direct ingegrepen. Alleen wanneer er een incident gemeld wordt waarbij iemand ver over de grens is gegaan, vraagt een school aan de melder of ze in mag grijpen. In alle andere gevallen wordt er gewacht tot er patronen zichtbaar worden. De eerste contouren worden doorgaans in 4-6 weken zichtbaar. Het melden en het nemen van vervolgstappen blijft een permanent proces om de sociale veiligheid te waarborgen.

De implementatie-fase

De M5 aanpak kent een curatieve (implementatie) fase van gemiddeld drie tot zes maanden en kan daarna door een school preventief gebruikt worden. In de curatieve fase wordt bijna al het pestgedrag op en rond school zichtbaar. Het is geen voorwaarde voor succes dat iedereen direct alles meldt. Leerlingen willen eerst kijken of het veilig is om te melden en melden in het begin vooral het onschuldigere pestgedrag.

In de klassen waar leerlingen zitten met veel meldingen wordt dit besproken tijdens de eerste klassenronde. Dit gebeurt klassikaal en hier worden geen namen genoemd. Veel leerlingen stoppen hier na al met pestgedrag. Ze weten nu dat het niet meer onopgemerkt kan.

Leerlingen die in de meldingen blijven opvallen worden - nadat er goed met de groepsdocent gekeken is naar de meldingen - aangesproken in de groep. Dit gebeurt in de tweede klassenronde.

De leerlingen weten al lang hoe het zit en ze weten nu dat de volwassenen het ook weten.

Door er gewoon open en eerlijk in de groep over te praten, ontstaat er direct ontspanning. Omdat niemand de schuld krijgt en leerlingen doorgaans zelf aangeven waarom ze denken dat er op hen gemeld wordt, gebeurt er direct in de eerste ronde vaak al veel. Het is de opstap naar een proces

van steeds eerlijker worden. Het geheim kan er van af en daarmee verliest vooral structureel pestgedrag al snel haar kracht.

Doordat leerlingen ontschuldigd en aangesproken worden binnen een groep met veel meldingen, is de kans op positieve verandering het grootst. Er zijn twee redenen om leerlingen in de groep aan te spreken:

- Vaak werden leerlingen die gepest hadden bestraffend toe gesproken. Dat gebeurde om die reden vaak buiten de groep. In de confrontatie met zijn/haar ouders kwam een leerling daarbij doorgaans in een lastig parket. De leerling wil de ouders niet teleurstellen. De waarheid spreken is vaak spannend. Door het in de groep open te bespreken, hoeft een leerling niet te liegen. De rest van de leerlingen weet immers wat de waarheid is. Leerlingen die openlijk in de groep aangesproken zijn, weten dat het beter is om daarna ook naar ouders de waarheid te spreken, dan om te liegen. Uiteraard zijn er ook leerlingen die het dan nog lastig vinden en ouders die menen dat hun leerling onrecht aangedaan wordt.
- Doordat het in de groep besproken wordt, worden de melders en de slachtoffers gezien. Zij merken dat het helpt om te melden. Ze zien dat de volwassenen niet in het oordeel schieten, maar dat het ook voor de leerlingen die gepest hebben, veilig blijft. Na iedere ronde waarin leerlingen aangesproken worden, moet de sociale orde in de groep zich opnieuw zetten. De 'oude' leiders moeten een andere plek in de groep innemen. Relaties moeten zich opnieuw vormen. Leerlingen die melden of slachtoffer zijn, willen dat het fijn is in de groep en willen het liefst dat ieder leerling weer meedoet. Eventuele herstelmaatregelen en activiteiten van de docent gericht op integratie van leerlingen die ver over de grens zijn gegaan, versnellen dit proces.

De curatieve fase eindigt wanneer docenten en leerlingen aangeven dat er geen leerlingen meer zijn die onzichtbaar en stelselmatig over de grens gaan en dat het sociaal veilig is op en rond de school. De implementatiefase zal overgaan in de borgingsfase en de M5 aanpak op worden genomen in het veiligheidsplan van de school.

Het preventief gebruik van de M5 aanpak

Docenten krijgen op basis van meldingen snel zicht op eventueel gedrag dat niet oké is. De docent kan daarop gericht interveniëren. Dat kan:

- middels een persoonlijk gesprek met de leerling in kwestie,
- door middel van een groepsgebesprek,
- door bewuster aanwezig te zijn in specifieke situaties (waakzame zorg),
- door tijdens de sociale vaardigheidslessen in te spelen op de situatie,
- of een combinatie van deze en andere interventies,
- De school borgt het hoge niveau van sociale veiligheid door systematisch aandacht te besteden aan het melden en de groepsdynamiek. Zo worden na een vakantie alle leerlingen herinnerd aan de mogelijkheid om te melden wat niet oké is.

Uitgangspunten en stappen

Melden

- Leerlingen, ouders en docenten kunnen via de meldknop op de website van de school melden wat zij 'Niet oké' vinden.
- De mentoren bespreken met hun klas op welke wijze er kan worden gemeld.
- Docenten stimuleren dat leerlingen zaken die zij niet oké vinden melden.
- Alléén de docent meldt hardop: 'Dit vind ik niet oké. Dit ga ik melden!'
- De meldingen worden niet opgeslagen in een (leerling)dossier.
- De meldingen hebben een signalerende functie.

Metten

- Het team meet het aantal meldingen dat een leerling op zijn/haar naam heeft staan: als melder van pestgedrag, als leerling pestgedrag heeft vertoond en/of als slachtoffer van pestgedrag.
- Het team meet het aantal dubbele meldingen: één voorval kan meerdere keren door meerdere personen worden gemeld. Het team houdt daar rekening mee.
- Het team meet de aard van de meldingen: betreft het incidenteel pestgedrag of structureel pestgedrag? Het team houdt daar rekening mee.
- Het team analyseert wekelijks de meldingen op school- (directeur – IB-er) en op groepsniveau (docent). Welke patronen ontdekt het team?
- De resultaten van de analyse deelt het team met elkaar. Het team bespreekt tevens welke maatregelen/ aanpassingen het voor welke leerlingen in gang wil zetten.

Maatregelen

Voordat er over wordt gegaan tot het nemen van maatregelen of aanpassingen zullen eerst een aantal stappen worden doorlopen:

Informatieve klassenronde: uitleg over de M5-aanpak en start!

Klassenronde 1

- Wanneer er leerlingen op gaan vallen doordat ze teveel meldingen op hun naam hebben van grensoverschrijdend gedrag in de vorm van pesten, zal dit in deze ronde klassikaal worden besproken. Hierbij worden geen namen genoemd, zodat betreffende leerlingen zichzelf kunnen herstellen. Leerlingen weten over het algemeen goed wanneer ze geregeld pestgedrag vertonen. Tussen deze klassenronde en de eerstvolgend zitten (telkens) een aantal weken.
- Er wordt uitgebreid gecompimenteerd over het melden, samenwerken aan een veilige school en natuurlijk bij de klassen waar de sfeer goed blijkt te zijn.

Klassenronde 2

- Wanneer de leerling er niet in is geslaagd het aantal meldingen te reduceren, wordt het tijdens deze ronde besproken in de klas. Daarnaast neemt de docent telefonisch contact op met de ouders. Wanneer de ouders niet bereikbaar zijn krijgen ze een mail, waarin staat dat hun kind besproken is in de klas. De docent bespreekt op verzoek met de ouders en de leerling waarom het zoveel meldingen heeft. Ook kunnen de consulenten van M5 ouders te woord staan tijdens de in-

loopuren. Ouders en docent geven de leerling opnieuw de kans om in positieve zin iets aan het aantal meldingen te doen.

- Ouders en docent complimenteren de leerling wanneer het daar daadwerkelijk in is geslaagd en stimuleren de leerling om zo door te gaan!

Klassenronde 3

- Wanneer de leerling er niet zelfstandig in is geslaagd het aantal meldingen te reduceren, betreft de docent de klasgenoten erbij. Tijdens een klassenronde bespreekt de docent met de leerlingen waarom de leerling zoveel meldingen heeft. Zij zoeken samen naar de oorzaken en mogelijke oplossingen. Zij geven de leerling opnieuw de kans om in positieve zin iets aan het aantal meldingen te doen. In deze fase wordt er samen met docent en/of pestcoördinator een plan van aanpak gemaakt waar ouders bij worden betrokken. Er volgt een uitnodiging aan ouders voor een gesprek op school.
- Docent en leerlingen complimenteren de leerling wanneer het daar daadwerkelijk in is geslaagd en stimuleren de leerling om zo door te gaan!

Wanneer er ook na de klassenronde (1,2,en 3) geen positieve wending in het gedrag van de leerling waarneembaar is, zoekt de docent in overleg met ouders en al dan niet de zorgcoördinator en/of schoolleiding naar aanvullende maatregelen:

- Maatregelen gericht op het voorkomen dat de leerling in een situatie komt waarin het meldingen veroorzaakt. Wanneer bijvoorbeeld veel meldingen komen van grensoverschrijdend gedrag in de vorm van pesten in de kleedkamers, zal deze situatie (tijdelijk) aangepast worden.
- Maatregelen gericht op het afleren van ongewenst gedrag en het aanleren van gewenst gedrag begeleidt door school.
- De leerling kan hulp van externen aangeboden krijgen. Wanneer er externe hulp wordt aangeboden loopt de aanmeldingsprocedure altijd via de zorgcoördinator.

Nb. De klassenrondes worden in aanwezigheid van de schoolleiding / pestcoördinator gehouden. De rondes blijven zich herhalen totdat de structurele meldingen op leerlingen overgegaan zijn op incidentele meldingen of zelfs gestopt zijn. Daarna zullen de rondes periodiek ingezet worden. Dit wordt vermeld in onze jaarkalender.

Maatwerk

- De docent weet als geen ander in te schatten hoe de meldingen m.b.t. leerlingen gewogen moeten worden. De docent overlegt voorgenomen maatregelen met pestcoördinator, om te sparren en om objectiviteit te waarborgen. Gezamenlijk staan we voor het belang van de leerling!
- In overleg met ouders bespreekt de docent op welke wijze de leerling het best begeleid kan worden. Er wordt een plan van aanpak op maat gemaakt voor de leerling.
- Indien nodig wordt externe hulp ingeschakeld. Ook hier geldt: maatwerk leveren. Ieder leerling heeft recht op zijn eigen hulpplan!
- De M5-consulent is de externe adviseur van het team. Hij/zij adviseert de docent, de zorgcoördinator en/of de schoolleiding bij bovengenoemde stappen. Het is de mentor/docent die handelt. Het is de M5-consulent die adviseert. Ook hier is maatwerk vereist!

Menselijk

- De M5-aanpak ontschuldigt de slachtoffers van het systeem waarin ze zitten (ook leerlingen die pestgedrag vertonen); leerlingen krijgen de kans het zelf op te lossen en wanneer dat niet lukt, krijgen zij hulp aangeboden. Zij worden niet bestraft maar geholpen!
- De M5-aanpak maakt iedereen medeverantwoordelijk voor het creëren van een veilige omgeving. Niet alleen de leerlingen die pestgedrag vertonen moeten aan de bak, maar zijn/haar klasgenoten en de volwassenen om hem/haar heen mogen daarbij helpen.
- De M5-aanpak zorgt ervoor, dat de leerlingen die gepest worden nu voor het eerst het gevoel krijgen dat zij worden gehoord (zij kunnen hun probleem delen met volwassenen door te melden). Ook merken zij, dat er daadwerkelijk iets met de meldingen gebeurt. Door de klassenrondes zien zij dit bevestigd. De leerlingen die gemeld hebben worden niet genoemd.
- De M5-aanpak zoomt niet specifiek in op een of meerdere meldingen (met als risico dat melder en degene die pestgedrag vertoont, ongewild en onbedoeld met elkaar in contact worden gebracht), maar staat stil bij het feit, dat een leerling wel heel veel meldingen op zijn/haar naam heeft staan en de kans krijgt (al dan niet met hulp) om daar wat aan te gaan doen.
- Leerlingen hebben recht op een veilige omgeving, waarin zij tot bloei kunnen komen, hun talenten leren ontwikkelen en een mooi mens kunnen zijn. Een mooi mens dat zo krachtig in het leven komt te staan, dat hij/zij daarin (ook op latere leeftijd) moeiteloos overeind kan blijven en als inspiratiebron voor anderen kan dienen!

Inloopuren: tijdens de implementatiefase van onze M5 aanpak, zijn er om de twee weken inloopuren waar ouders met hun vragen terecht kunnen bij de M5 consulent. De data en tijdstippen van de inloopuren vindt u terug in de nieuwsbrieven. U kunt via het mailadres een afspraak maken met de betreffende consulent.

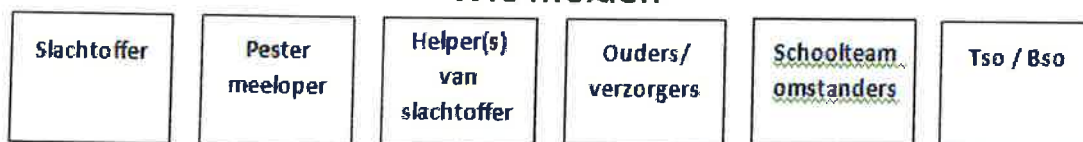
Meldwijzer: In de bijlage treft u de meldwijzer van M5 aan.

Meldwijzer

Wat melden

- alle soorten geweld zoals slaan, schoppen, duwen, trekken, spugen etc.
- uitlachen, belachelijk maken door grapjes etc.
- verbaal bijv. schelden, (be)dreigen, roddelen, discrimineren
- spullen af moeten geven, afpakken, verstoppen, vernielen
- opwachten, opjagen, achtervolgen, klem zetten
- ongewenste aanraking, betasting intieme delen
- opdrachten krijgen, moeten meedoen aan/ met iets, onder dwang of door groepsdruk
- negeren, buiten sluiten/ niet mogen meedoen, niemand wil naast je zitten, niet gekozen worden
- online pesten; via computer of telefoon
- alles wat een onprettig/ onveilig gevoel geeft ook al nam je deel/ moest je meedoen

Wie melden



Registratie

Vastleggen en inzicht krijgen in de gebeurtenis, situatie, tijdstip, omgeving en betrokkenen

In beeld bij directie en M5

